

Здоровьесбережение в школе

Составила Костенкова
Ольга Васильевна,
учитель истории МБОУ
«СОШ № 63» г. Ижевска

Понятие здоровья – единство

соматического

психологического

социального

интеллектуального

духовного

творческого

аспектов здоровья.

Понятие технологии здоровьесбережения

(греч. *téchnē* — искусство, *logos* —учение)

Здоровьесберегающая технология - построение последовательности факторов, предупреждающих разрушение здоровья при одновременном создании системы благоприятных для здоровья условий.

Здоровьесберегающие технологии позволяют:

- сформировать социальную зрелость выпускника,
- обеспечить возможность учащимся реализовать свой потенциал,
- сохранить и поддержать физиологическое здоровье учащихся.

Виды здоровьесберегающих технологий

Защитно – профилактические:

направлены на защиту детей от неблагоприятных для здоровья воздействий (санитарно – гигиенические требования, чистота, прививки, др.)

Компенсаторно – нейтрализующие:

используются для нейтрализации какого-либо негативного воздействия. (физкультминутки, витаминизация пищевого рациона и др.)

Стимулирующие технологии: позволяют активизировать собственные ресурсы детского организма. (закаливание, физические нагрузки).

Информационно – обучающие:

призваны обеспечить уровень грамотности в вопросах здоровья.

Здоровьесберегающая технология обучения основана на:

- возрастных особенностях детей,
- вариативности форм и методов обучения,
- оптимальном сочетании двигательных и статических нагрузок,
 - обучении в малых группах,
- создании эмоционально благоприятной атмосферы,
- формировании положительной мотивации к учебе,
- культивировании знаний у учащихся по вопросам здоровья.

Педагогические технологии здоровьесбережения

- **Организационно – педагогические:** определяют структуру учебного процесса, способствующую предотвращению переутомления, гиподинамии и других дезадаптивных состояний.

- **Психолого – педагогические технологии:** связаны с работой учителя на уроке и воздействием на детей в течение классно – урочного времени.

- **Учебно – воспитательные:** включают программы, направленные на обучение грамотной заботе учащихся о своем здоровье, мотивацию их к здоровому образу жизни, на предупреждение вредных привычек, просвещение родителей и др.

Подходы ОУ к здоровьесбережению.

-Дидактический

на первый план выступают учебные программы и уроки здоровья.

- Событийный

основное внимание уделяется конкурсам на тему здоровья и агитации

-Проблемный

все усилия на решение какой-то конкретной задачи: питания, двигательной активности, профилактики переутомления и т.д.

-Индивидуальный подход

концентрация усилий на учете особенностей каждого учащегося.

-Физкультурный

забота о здоровье школьников = забота об их физическом развитии.

Наиболее доступные технологии

Компенсаторные:

- Физкультминутки,
- Организация переменок,
- Пальчиковая гимнастика,
- Ранцы,
- Корректирующая физическая культура

Стимулирующие:

- Секции.
- Прогулки,
- Питание

Образовательные:

- Проектная деятельность по тематике здоровья,
- Обучающий курс по основам здоровьесбережения,
 - Фестивали, конкурсы здоровья,
- Построение уроков с позиции здоровьесбережения: интерактивность, презентации,
 - Внедрение тематики здоровья в предметы
 - Обучение родителей

Какие проблемы решат технологии здоровьесбережения в школе?

На уровне учащихся

Проблема:

**Нехватка у школьников знаний в области здоровьесбережения,
полученных из авторитетных источников**

Задача:

Предоставление знаний и формирование навыков
в области здоровьесбережения

Решение:

- организация комплексного обучающего курса по основам здоровьесбережения
- организация тематических тренингов по составляющим здоровья

Проблема:

Не всегда благоразумное досуговое времяпрепровождение

Задача:

Организация досуга школьников

Решение:

Проведение мероприятий в рамках концепции здоровьесбережения:

- образовательных: кружков, тренингов, фестивалей.
- творческих: мастер-классов, театральных постановок,
- спортивных: интеллектуально-спортивных игр,
- развлекательных: тематических встреч и вечеринок здоровья,
- культурных: тематических экскурсий, выставок, поездок,
- нравственных: поездки в детские дома

Проблема:

Сформированная «престижность» вредного образа жизни

Задача:

Формирование моды на здоровый образ жизни

Решение:

- пропаганда ЗОЖ посредством организации встреч с успешными людьми, практикующий здоровый образ жизни,
- разработка программы пропаганды ЗОЖ при непосредственном участии самих школьников.

Научим беречь здоровье с детства!

